KFMC



من الفطور للسحور

King Faisal Medical Complex – Taif

THE FACTORS OF HEALTH (H.F.G)

وزارة الصحة
Ministry of Health



Ramadan kareem

رمضان كريم

عندما يطل علينا شهر رمضان الكريم تكثر الأسئلة حول التداوي والعلاج في هذا الشهر الكريم لذلك سوف نوضح ما الذي يتناسب مع هذه التغيرات في الشهر الفضيل

“

When we look at the holy month of Ramadan, there are many questions about medication and treatment in this holy month so we will clarify what suits these changes in the holy month

وزارة الصحة
Ministry of Health

الفهرس

Index





H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

قال الله تعالى :

" فمن كان منكم مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر "

صدق الله العظيم

KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

معجزة الصيام .. وفوائده الصحية

Miracle of fasting .. and health benefits

إعادة الشباب والحيوية إلى الخلايا والأنسجة

bring back youth and vitality to cells and tissues

تحسين وظيفة الهضم، والامتصاص

Improve digestion function, absorption

تنظيف الجلد

clean the skin

طرد السموم المتراكمة في الجسم

Expel toxins accumulated in the body

Rest the body and repair the breakdowns

راحة الجسم و إصلاح أعطابه

H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

الادوية التي يمكن اخذها دون كسر الصيام

Medications that can be taken without breaking the fast

قطرات العين

Eye drops

الاكسجين

Oxygen

الحقن من خلال الجلد والعضلات والمفاصل باستثناء الاطعام الوريدي (المغذية)

Injections through the skin, muscles and joints except venous feeding

كل الادوية التي تمتص عن طريق الجلد كالمرهم

All medicines that are absorbed by the skin as ointment

غسول الفم (شريطة عدم ابتلاعه)

Mouthwash (not to be swallowed)

بمعنى اخر أي دواء يؤخذ عن طريق الفم ويوص للمعدة يكسر الصيام

In other words, any medication taken orally and recommended to the stomach breaks the fast

H.F.G
KFMC

أدوية السكر

Diabetic Medications

هناك نوعين من الادوية التي تستخدم لعلاج مرضى السكر

There are two types of medications that are used to treat diabetics



وزارة الصحة
Ministry of Health

الانسولين
Insulin

يعتمد على جرعة واحدة تكون قبل الإفطار

2 Depends on one dose before breakfast

المريض يعتمد على جرعتين تكون الأساسية قبل الفطور والجرعة الأقل قبل السحور

4 The patient relies on two doses to be basic before breakfast and the least dose before the suhoor

5 زيادة الجرعة ونقصانها تعتمد على كمية ونوعية السحور

6 The dose increase and decrease depend on the amount and quality of the suhoor

Tablets for reducing Sugar الأقراص المخفضة للسكر

A dose can be used before breakfast and you should see your doctor to schedule a second dose

There is no need to change the dose of metformin (Sugar regulator) because it does not cause a decrease in sugar

يمكن استخدام جرعة قبل الإفطار وعليك مراجعة الطبيب لتحديد موعد الجرعة الأخرى

لا داعي لتغيير جرعة الميتفورمين (منظم السكر) لأنها لا تسبب انخفاض في نسبة السكر

- Do not take large amounts of sweetened foods
- لا تتناول كميات كبيرة من الأطعمة المحلاة
- Eat yoghurt and fruit in large quantities
- تناول الزبادي والفواكة بكميات كبيرة
- Eat starchy foods in larger quantities
- تناول الأطعمة النشوية بكميات اكبر
- Do not eat fried foods in large quantities
- لا تتناول الأطعمة المقلية بكميات كبيرة

H.F.G
KFMC



Types of needle	use	Picture (صورة)	الاستخدام	نوع الابر
Sugar regulating needles	Use the same dose as before Ramadan		تستخدم نفس الجرعة كما كانت قبل رمضان	الابر المنظمة للسكر
Insulin fast acting	* If one dose (**be with breakfast**) ** If two doses are the first **<u>with breakfast</u>** **<u>(full)</u>** and the second is **<u>with the suhour (be half-dose)</u>** *** If 3 doses as the previous and the third dose is <u>canceled</u>		*اذا كانت جرعة واحدة (**تكون مع الإفطار**) **اذا كانت جرعتين تكون الأولى **<u>مع الإفطار</u>** (<u>كاملة</u>) والثانية تكون **<u>مع السحور</u>** <u>(تكون نصف الجرعة)</u> *** اذا كانت ٣ جرعات كما السابق والجرعة الثالثة <u>تلغى</u> الجرعة الأولى مع الإفطار والجرعة الثانية قبل السحور	الانسولين سريع المفعول
Insulin short acting				الانسولين قصير المفعول (اكترابيد)
Insulin Mix	If two doses are the first **<u>with breakfast</u>** **<u>(full)</u>** and the second is **<u>with the suhour (be half-dose)</u>**		تكون الأولى **<u>مع الإفطار</u>** (<u>كاملة</u>) والثانية تكون **<u>مع السحور</u>** <u>(تكون نصف الجرعة)</u>	الانسولين المخلوط
Lantus	Take in 12 Am		تؤخذ الساعة ١٢ (منتصف الليل)	لانتوس

وزارة الصحة
Ministry of Health

اذا كان المريض ياخذ نوعين من الانسولين متى يفضل اخذها؟ وهل الصيام يسبب نقصان السكر في الدم ؟

If the patient is taking two types of insulin when is preferred to take them? Does fasting cause reduced blood sugar ?



H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health



The patient injects two types insulin, the largest dose at breakfast and the second is given before the suhur by half an hour

قد يتذبذب نسبة الجلوكوز في الدم وذلك تغيير النظام الغذائي والدوائي في هذا الشهر لذلك يجب متابعة نسبة السكر باستخدام الجهاز القياس



المريض يحقن نوعين من الانسولين الصافي والعكر تكون الجرعة الأكبر عند الفطور والثانية فتعطى قبل السحور بنصف ساعة

Blood glucose may fluctuate because change of the diet and the medication in this month so you should follow the sugar by using the measuring device



Patients with blood pressure and heart

- ✓ All patients should be compensated for fluids in the period between breakfast and suhour. At least 2 liters of water daily. Eating foods containing salt and pickles at reasonable rates will prevent low pressure.
- ✓ Low pressure patients should drink enough fluids and eat enough salty.
- ✓ The need for pressure patients, both high and low, to measure their pressure continuously, to avoid any complications, especially as heart disease is one of the risk factors in the incidence of heart disease, and may be sick heart and do not know.
- ✓ Diet, sports and eating medications regularly help to maintain blood pressure.
- ✓ Excessive intake of meat, sweets, fats and foods that increase cholesterol in Ramadan, because it increases the blood flow in the body and leads to high blood pressure, and may affect the heart.
- ✓ Taking medication after breakfast may lead to a decrease in pressure. It is recommended that you take it (after Taraweeh prayer) .
- ✓ Digoxin (heart medicine) is very important to be taken before eating an hour or two hours later because foods containing high fiber reduce the absorption of medicine.

مرضى ضغط الدم والقلب

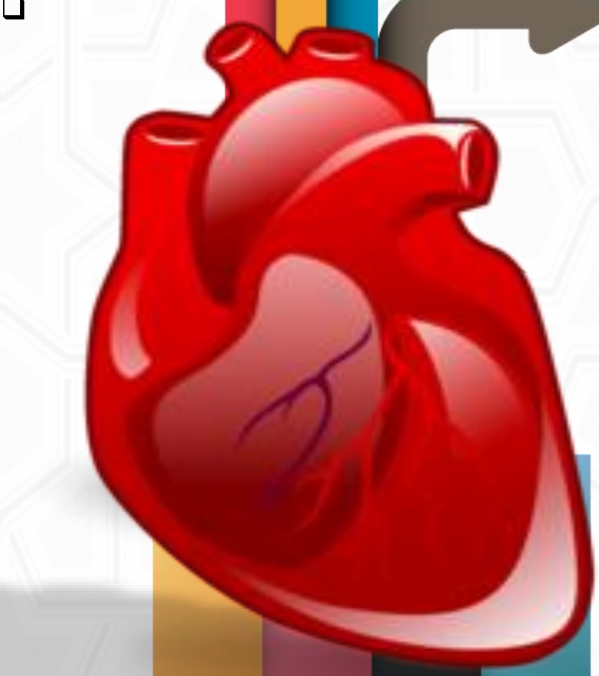
- ✓ ننصح جميع المرضى بتعويض الجسم بالسوائل فى الفترة ما بين الإفطار والسحور ويجب ألا يقل ما يشربه الشخص عن لترين ماء يوميا، كما أن تناول الأطعمة التى تحتوى على الملح والمخللات بنسب معقولة يجنب حدوث انخفاض فى ضغط الدم
- ✓ مرضى انخفاض الضغط يجب عليهم شرب ما يكفي من السوائل، وتناول ما يكفي من الموالح .
- ✓ ضرورة قيام مرضى ارتفاع أو انخفاض الضغط، قياس ضغطهم بشكل مستمر، لتجنب الإصابة بأى مضاعفات
- ✓ النظام الغذائي والرياضة وتناول ادوية الضغط بانتظام يساعد على المحافظة على ضغط الدم
- ✓ الإفراط فى تناول اللحوم والدهون والأطعمة المشبعة بالزيوت خاصة في رمضان والتى تزيد نسبة الكوليسترول في الدم تساهم في زيادة اضطرابات وظائف القلب والشرايين وزيادة خطورة الإصابة بمضاعفات مثل تصلب الشرايين والسكتة الدماغية، لذا ينصح بعدم الإفراط في تناولها.
- ✓ قد يؤدي اخذ ادوية بعد الإفطار مباشرة الى هبوط الضغط بسبب عدم استعادة الجسم للسوائل بشكل كاف لذا ينصح بأخذها (بعد صلاة التراويح) .
- ✓ الديجوكسن (دواء القلب) مهم جدا ان يؤخذ قبل الاكل بساعة او بعده بساعتين لان الأطعمة التي تحتوي على الالياف عالية تقلل امتصاص الدواء



وزارة الصحة
Ministry of Health

ادوية القلب

Heart medications



يجب على المصابين بارتفاع الضغط التقليل من الموالح

حالات القلب التي لا يسمح فيها الصيام :

- الجلطة الحديثة
- فشل القلب الحاد
- الذبحة القلبية الغير مستقرة

الادوية التي تؤخذ <u>ثلاث</u> <u>او اربع</u> مرات فيجب استشارة الطبيب أو الصيدلي لضبط الجرعة بما يتناسب مع ساعات الإفطار

ادوية القلب تعطى <u>مرة</u> <u>او مرتين</u> في اليوم وبالتالي لا تحتاج لتعديل جدولتها

People with high blood pressure should reduce their salt intake

Heart conditions in which fasting is not allowed:
- Modern clot
- Acute heart failure
- Unstable heart attack

Heart medications are given once or twice a day and therefore do not need to be adjusted

Drugs taken three or four times should be consulted with your doctor or pharmacist to get the alternatives with the same effect

H.F.G
KFMC

ادوية الصرع

Epilepsy medications

Some epileptic drugs are taken twice a day after the dose after breakfast and after the dose of suhoor

Your correct understanding of epilepsy helps you control it so you should take the medicine correctly after consulting your doctor, especially in Ramadan

If the patient has an epileptic seizure during fasting, he should immediately eat food with a high sugar content

Some epilepsy medaction can be taken once a day if they are long-acting (24 hours).

فهمك الصحيح لمرض الصرع يساعدك على التحكم به لذلك يجب اخذ الدواء بالشكل الصحيح بعد استشارة الطبيب خصوصا في شهر رمضان

بعض ادوية الصرع يمكن اخذها مرة واحدة في اليوم اذا كانت طويلة المفعول (٢٤ ساعة)



بعض ادوية الصرع تؤخذ مرتين في اليوم جرعة بعد الإفطار و جرعة بعد السحور

اذا أصيب المريض بنوبة صرع اثناء الصوم فعليه الإفطار فورا بمواد غذائية تحتوي على نسبة عالية من السكر



على مرضى الصرع :

تجنب عصير الجريب فروت)الليمون الهندي(لأنه يتداخل بشكل كبير مع الكثير من أدوية الصرع ويجب عدم تناول بعض أدوية الصرع مثل (الفنيتوين) مع الوجبات الغنية بالدهون لأنها تؤثر على امتصاصه.

"

For patients with epilepsy:

Avoid grapefruit juice because it interferes significantly with many epileptic drugs. Some epileptic drugs such as phenytoin should not be taken with high-fat diets because they affect absorption.



FASTING AND PREGNANCY الصيام و الحمل

شرب كميات كبيرة من السوائل بين الإفطار والسحور، وألا تهمل تناول الفيتامينات والحديد.

يجب عليها ألا تهمل مواعيد متابعة الحمل فى رمضان.

المرأة الحامل التي ترغب في الصوم يجب أن تتحلى بصحة جيدة، وتتقيد بتناول وجبتي الإفطار والسحور.

يجب عليها ايضاً الخلود للراحة فترة طويلة خلال النهار



من الضروري جداً أن يحتوي إفطارك السلطة الخضراء بالإضافة إلى البروتين.

ذا خافت المرأة على صحتها وصحة جنينها فإن لها رخصة الإفطار في رمضان.

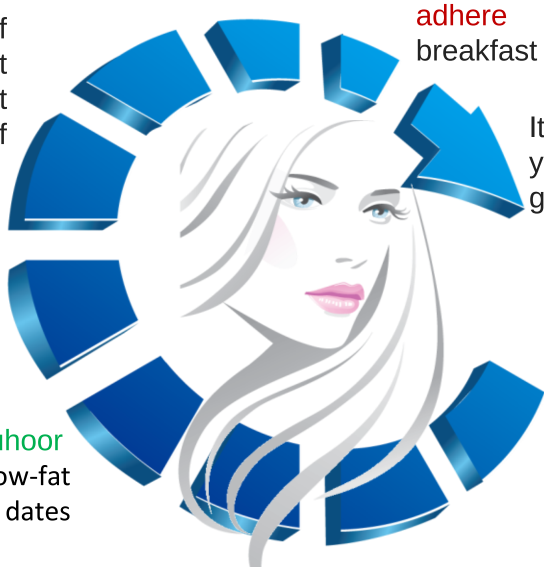
تناولي بعض الأغذية التي تحارب الإمساك مثل التمر والمشمش المجفف مع كمية كافية من الماء ويمكن نقعه بالماء قبل يوم من تناول وشرب الثمار المنقوعة مع ماء النقع

احرصي على أن يحتوي سحورك على الخبز البلدي والجبن واللبنة قليلة الدسم والحبوب الغنية بالألياف والنخالة والتمر

Women who wish to fast must be healthy and adhere to eating breakfast and suhoor.

should not neglect the following up on pregnancy in Ramadan

Drink large amounts of fluid between breakfast and suhur, and not neglect the intake of vitamins and iron.



It is very important that your breakfast contains green salad plus protein.

If the woman fears about her health and the health of her fetus, then she has the permission to eat in Ramadan.

Eat some foods that fight constipation such as dates and dried apricots with enough water and can be soaked with water a day before eating and drinking the soaked fruits with water soaking

Make sure your suhoor contain plain bread, cheese, low-fat , fiber-rich cereals, bran, dates

They must also rest long during the day

وزارة الصحة
Ministry of Health

المرأة الحامل

pregnant woman

اكدت جميع الدراسات ان الصوم لا يؤثر على الجنين نفسه , لكنه قد يؤدي الى انخفاض نسبة السكر في الدم لدى بعض النساء لذلك ننصح بتناول الأغذية التي تحتوي على البروتينات وغيرها من العناصر الغذائية المهمة .



All studies have confirmed that pregnancy does not affect the fetus itself, but may lead to decrease blood sugar in some women so we recommend eating foods containing proteins and other important nutrients.


وزارة الصحة
Ministry of Health
المضادات الحيوية
Antibiotics Drug
C P
H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

Which is taken once a day is recommended to be eaten at breakfast or suhoor

Which is taken twice daily is the first dose at breakfast and the second at Suhur.

Which is taken three or four times, you should consult your doctor to find an alternative to be taken once or twice

It should be to complete the treatment even if you feel better

الذي يتم تناوله مرة واحدة يوميا ينصح بتناوله عند الفطور او السحور

الذي يتم تناوله مرتين يوميا تكون الجرعة الأولى عند الفطور والثانية عند السحور .

الذي يتم تناوله ثلاث او اربع مرات يجب مراجعة الطبيب لإيجاد بديل يتم تناوله مرة او مرتين

يجب إكمال مدة العلاج حتى لو شعرت بتحسن

لا تتناول المضادات الحيوية للالتهابات الفيروسية كالزكام

Antibiotics do not take viral infections like colds

C P
H.F.G
KFMC



وزارة الصحة
Ministry of Health
الاكل في رمضان
H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health



من العادات والسلوكيات الغير صحية والمؤذية والتي تسبب التخمة والزيادة الغير مرغوبه بالوزن في شهر رمضان الكريم عند الافطار الهجوم على الاكل بطريقة مفاجئة للمعدة مما يسبب تلبك في الهضم وتخمن تعيق من الحركة ومن الغرض الرئيس والغاية السامية من هذا الشهر وهي العبادة..
حيث انه وبعد امساك عن الطعام والشراب ما يقارب الـ ١٤ ساعة يجب عمل تهيئة واخطار للمعدة حتى تستعد لاستقبال الطعام والشراب..

"

Of habits and behaviors that are unhealthy and harmful, which cause the thickening and the unwanted increase in weight during the holy month of Ramadan at breakfast, the attack on eating in a sudden way to the stomach, which causes you to digest in digestion and guess the impediment of movement and the main purpose and the high purpose of this month is worship. Where after eating for about 14 hours, you must prepare and notify the stomach to prepare for food and drink.

H.F.G

وزارة الصحة
Ministry of Health

نظام الصحي لشهر رمضان

عند الآذان :

ثلاث تمرات + كوب صغير لبن رايب قليل الدسم



بعد صلاة المغرب :

حبتين سمبوسة مشوية + صحن صغير شوربة



بعد صلاة التراويح :

طبق متوسط من طبخ البيت + صحن سلطة كبير



وجبة خفيفة :

قهوتك المفضلة مع قطعه صغير حلى



السحور :

طبق شوفان + ثمرة فاكهة + بيضة



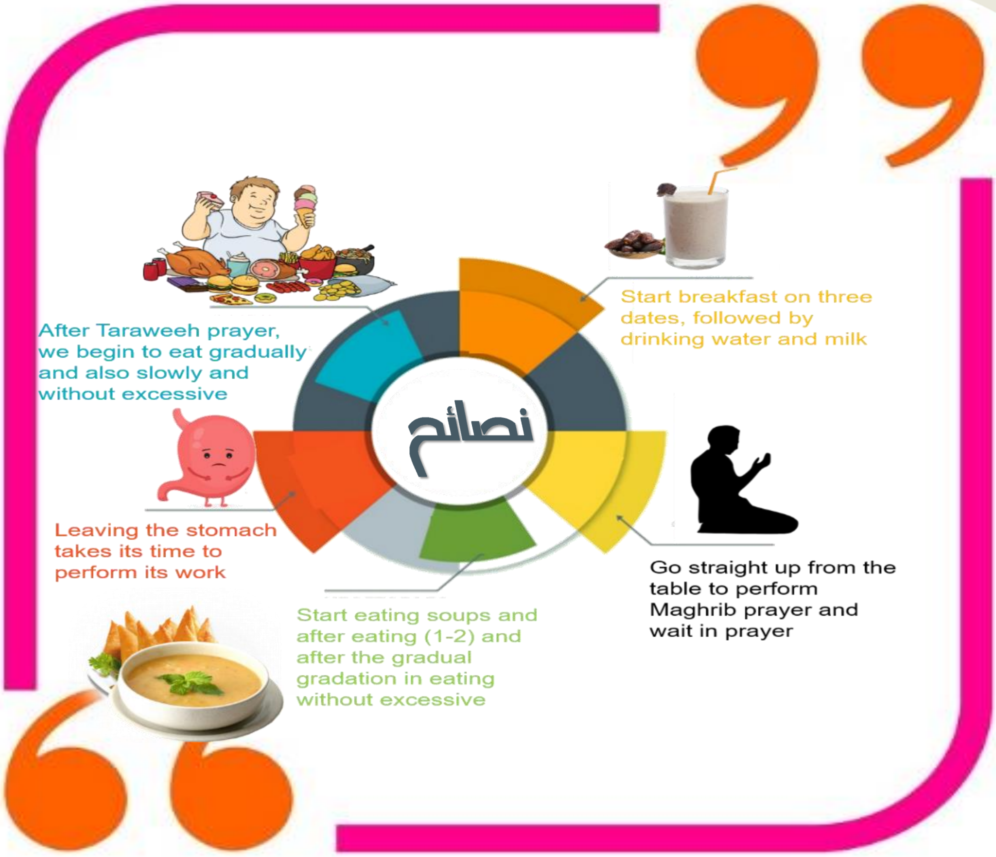
لا تنسى :

- ✓ان رمضان شهر العبادة اولا .
- ✓ان تشرب ماء بالقدر الكافي .
- ✓ان لاتكثر من مشروبات الكافيين .
- ✓ان تبتعد عن المقالي .
- ✓ان تؤخر وجبة السحور قدر الامكان .
- ✓ان تمارس الرياضة بالشكل المناسب .
- ✓ان لا تستعجل في إنهاء وجبتك .

H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

الفترة بين الافطار والامساك قرابة الـ ١٠ ساعات تقسم بحيث كل ساعة يتم شرب كأس ماء لأن الأغلب يغفل عن شرب الماء مما يسبب كثرة حالات الجفاف والإغماء ويفضل النهوض مباشرة عند الشعور بالشبع حتى لانصل الى مرحلة التخمة





The period between breakfast and constipation is about 10 hours divided so that each hour is drinking a cup of water because most of the water is absent from drinking, which causes frequent droughts and fainting and prefer to rise directly when feeling full until we reach the stage of satiety

H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

الغذاء والدواء
Food & medications

<u>تؤثر نوعية الاكل على امتصاص بعض الادوية فمثلا :</u>
تناول السبانخ والأغذية التي تحتوي على فايتمين ك يتعارض مع دواء الوارفرين
*شرب الشاي والقهوة وعصير البرتقال يزيد من امتصاص الاسبرين وبعض المضادات الحيوية
لذلك يجب بان نهتم بموعد اخذ الدواء وفقا لإرشادات الصيدلي

<u>The quality of eating affects the absorption of some drugs, for example:</u>

*Eating spinach and foods that contain vitamins K they will interaction with warfarin drug

*Drinking tea, coffee and orange juice increases the absorption of aspirin and some antibiotics

Therefore, we should take care of when to take the drug according to the pharmacist's instructions

القهوة من المشروب الساخنة المحبّبة بالنسبة للكثير من الناس، حتى أنّ شربها أصبح تقليداً متوارثاً

Coffee is a favorite hot drink for many people, and even drinking it has become an inherited tradition



(Benefits of coffee) فوائد القهوة

ضبط مستوى الكوليسترول في الدم	Adjust the level of cholesterol in the blood	Improve blood vessel	تحسين صحّة الأوعية الدمويّة
حماية الأسنان من التسوّس	Protect teeth from decay	Increased concentration	زيادة تركيز

(Coffee side effect) اضرار القهوة

Fatigue and stress — الإرهاق والإجهاد

insomnia — الأرق

It is recommended to drink tea and coffee after taking the medicine at least two or three hours	لذا ينصح بشرب الشاي و القهوة بعد تناول الدواء على الأقل بساعتين أو ثلاث ساعات



قهوة او شاي

Coffee or tea

+



Antibiotic Medicine for ulcers — مضاد حيوي الدواء للقرحة
- Increases insomnia يزيد الأرق

Iron medicine دواء الحديد
- تقليل امتصاص الحديد
- Reduce absorption of iron

H.F.G KFMC

بعض الارشادات

لا تتوقف عن
تناول دوائك من
تلقاء نفسك

Do not stop taking your medicine with yourself .

لا تغير مواعيد
جرعات الادوية
الا بعد استشارة
الطبيب او
الصيدلي

Do not change dosage schedules unless you consult your doctor or pharmacist .

تناول دوائك مع
الطعام لو اخبرك
الصيدلي او
الطبيب .

Take your medicine with food if doctor or pharmacist tell you.

H.F.G
KFMC

Some Instructions



مرضى نقص نشاط الغدة غالبا يتناولون دواء
الثايروكسين مرة واحدة يوميا وهو يتأثر
بالأكل وبالتالي فيجب تناوله بعيدا عن مواعيد
الوجبات بأن يكون ذلك عند منتصف الليل او
قبل السحور بساعة و بعد ساعتين على الأقل
على آخر وجبة ليغطي مفعوله



Patients with hypothyroidism often take thyroxine once daily and it is affected by eating. Therefore, it should be taken away from the meal schedule to be at midnight or before hourly suhur and at least two hours after the last meal to cover the effect



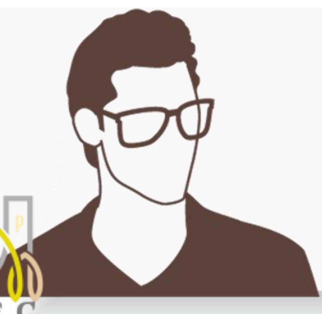
يمكن لمريض الربو استخدام بخاخ الفنتولين عند
الحاجة اليه فهو لا يفطر .

An asthmatic patient can use Ventolin spray when needed.



تناول الخضروات المحتوية على بوتاسيوم و كالسيوم
(كالبطاطس والجزر والموز) مع الادوية يحافظ على
ضغط الدم

Eat vegetables containing potassium and calcium (Such as potatoes, carrots and banana) with medicines that maintain blood pressure



أدوية الإكتئاب التي تنشط يجب أخذها بعد الفطور
مباشرة حتى لا تسبب اضطرابات في النوم

depression medications should be taken immediately after breakfast so as not to cause sleep disturbances

H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

نصائح لمرضى السكر

تجنب الافراط في تناول الطعام



مواصلة النشاط البدني في المساء



تناول الدواء بانتظام

اختبار مستوى الجلوكوز قبل وبعد الإفطار بساعتين وقبل السحور ومنتصف اليوم



الاكثار من شرب الماء

مراجعة الطبيب لمعرفة إمكانية الصيام بأمان وضبط الجرعات



advices for diabetics patient

Avoid over-eating



Drink a lot of water

Take the medicine regularly

Test glucose level before and after breakfast , two hours before the suhoor and mid-day



Continue physical activity in the evening

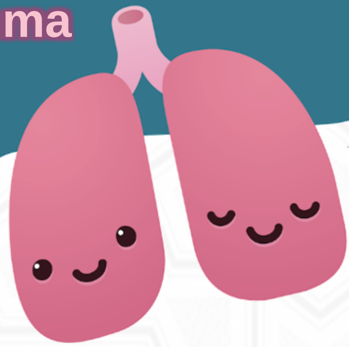
Check with your doctor for safe fasting and dose control



وزارة الصحة
Ministry of Health

الإرشادات الصحية لمرضى الربو

Health guidelines for asthma patients

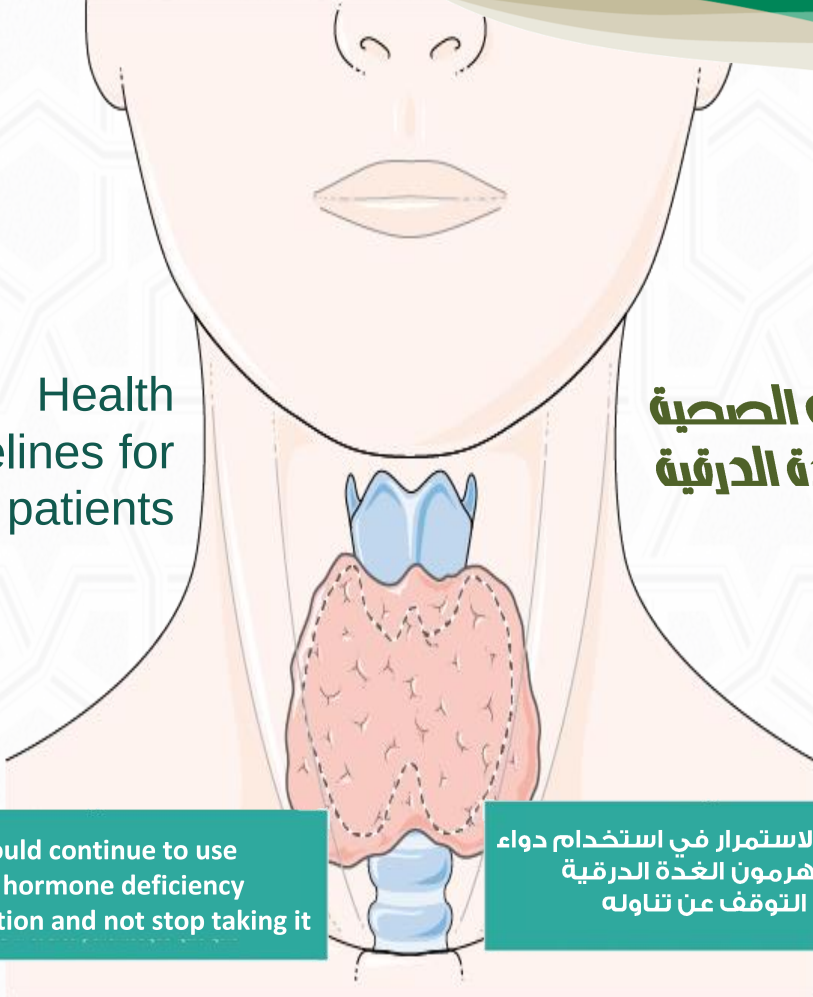


- Avoid overcrowding
- Take a break frequently
- Initiate the use of sprays when feeling symptoms of an asthma attack,
- Carrying a bracelet around the wrist shows his name and age, disease and quality of treatment.
- حمل سوار حول المعصم يوضح اسمه وعمره، وتشخيص المرض ونوعية العلاج.
- المبادرة إلى استعمال البخاخ عند الشعور بأعراض نوبة الربو
- أخذ قسط من الراحة بشكل متكرر
- تجنب الزحام الشديد





وزارة الصحة
Ministry of Health



Health guidelines for thyroid patients

الإرشادات الصحية لمرضى الغدة الدرقية

You should continue to use thyroid hormone deficiency medication and not stop taking it

يجب الاستمرار في استخدام دواء نقص هرمون الغدة الدرقية وعدم التوقف عن تناوله

Thyroid hormone absorption is influenced by eating so it must be handled on an empty stomach

امتصاص دواء هرمون الغدة الدرقية يتاثر بالاكل لذا يجب تناولة علي معدة فارغة

After eat dates and drinking water, then wait for half an hour or an hour and then eat breakfast
After breakfast stop eating any meal for 4 hours and then take the medicine and wait for an hour before eating

بعد تناول تمرة وكوب ماء تناول دواء الغدة ثم انتظر لمدة نصف ساعة او ساعة ومن ثم تناول طعام الفطور بعد تناول الفطور التوقف عن تناول أي وجبة لمدة ٤ساعات وثم تناول الدواء والانتظار لمدة ساعة قبل تناول الطعام



H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health



لمزيد من المعلومات
وكنت من منسوبي وزارة
الصحة انسخ الباركود

For more information and you
are from the staff of the Ministry
of Health copy the barcode

وزارة الصحة
Ministry of Health



س١: هل الصيام يسبب نقص السكر في الدم ؟

ج١: قد يتسبب الصيام في تذبذب نسبة الجلوكوز في الدم و ذلك لتغير النظام الغذائي و الدوائي خلال هذا الشهر الكريم لذلك ننصح بمراجعة طبيبك المختص قبيل شهر رمضان و أن تكون على اتصال مباشر معه خلال هذا الشهر كما ننصحك بمتابعة نسبة الجلوكوز في الدم عن طريق استخدام جهاز قياس السكر .

س٢: هل الصيام يسبب زيادة في تركز الدم و لُزوجته بسبب نقص السوائل , و هل هذا بالتالي يؤدي إلى حدوث جلطات بالقلب ؟

لا يوجد أي أساس علمي لهذا الاعتقاد, فترة الصيام لا تزيد عن ١٦ ساعة بأي حال, و ما يفقده الجسم من سوائل في هذه الفترة لا يحدث تركيزاً يذكر في قابلية الدم للتجلط , و قد كان المسلمون الأوائل يصومون رمضان في ظروف مناخية بالغة الصعوبة و حيث تندر شربة الماء حتى بعد الإفطار نظراً لقلة المطر .

س٣: هل الصيام يؤثر على الأدوية التي يتعاطاها المريض ؟

عندما يتطلب العلاج استخدام الأدوية بجرعات متقاربة الزمن (أي كل ٦ ساعات أو ٤ ساعات) عندئذ يتعذر الصيام , و مثال ذلك غالبية المضادات الحيوية و الكثير من الأدوية المنظمة لنبض القلب و الموسعة للشرايين , و لكن بعد التطور في علم الأدوية و الوصول إلى أدوية طويلة المفعول تصل إلى ٢٤ ساعة أمكن للمريض أن يتناول الدواء مرة واحدة في اليوم أثناء فترة الإفطار, مع استمرار مفعول الدواء بالجسم خلال فترة الصيام .

H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

Does fasting cause hypoglycemia?

A: Fasting may cause blood glucose fluctuation and change the diet and medication during this holy month. Therefore, we recommend that you check with your doctor before Ramadan and be in direct contact with him during this month. We also recommend that you monitor your blood glucose by using Measuring device of sugar.

Q 2: Does fasting cause an increase in the concentration of blood and his wife due to lack of fluids, and does this lead to heart clots?

There is no scientific basis for this belief, fasting is not more than 16 hours in any case, and the loss of body fluids in this period does not occur a little concentration in the susceptibility of blood clot, and the early Muslims were fasting Ramadan in extreme climatic conditions where The water is scarce even after breakfast due to lack of rain.

Q3: Does fasting affect the medications that the patient uses?

When treatment requires the use of drugs at close doses (ie, every 6 hours or 4 hours), fasting is not possible, for example, the majority of antibiotics and many drugs regulating heartbeat and enlarged arteries, but after the development of pharmacology and access to long drugs The patient may take the medicine once a day during the breakfast period, while the medicine continues to be applied to the body during the fasting period. Thus, the heart patient can fast without any complications, but this should be due to the treating physician.



H.F.G
KFMC

لقـــاء الشهر

وزارة الصحة
Ministry of Health

لقاء مع دكتور صيدلاني



ناصر رده الحارثي
صيدلة اكلينيكية

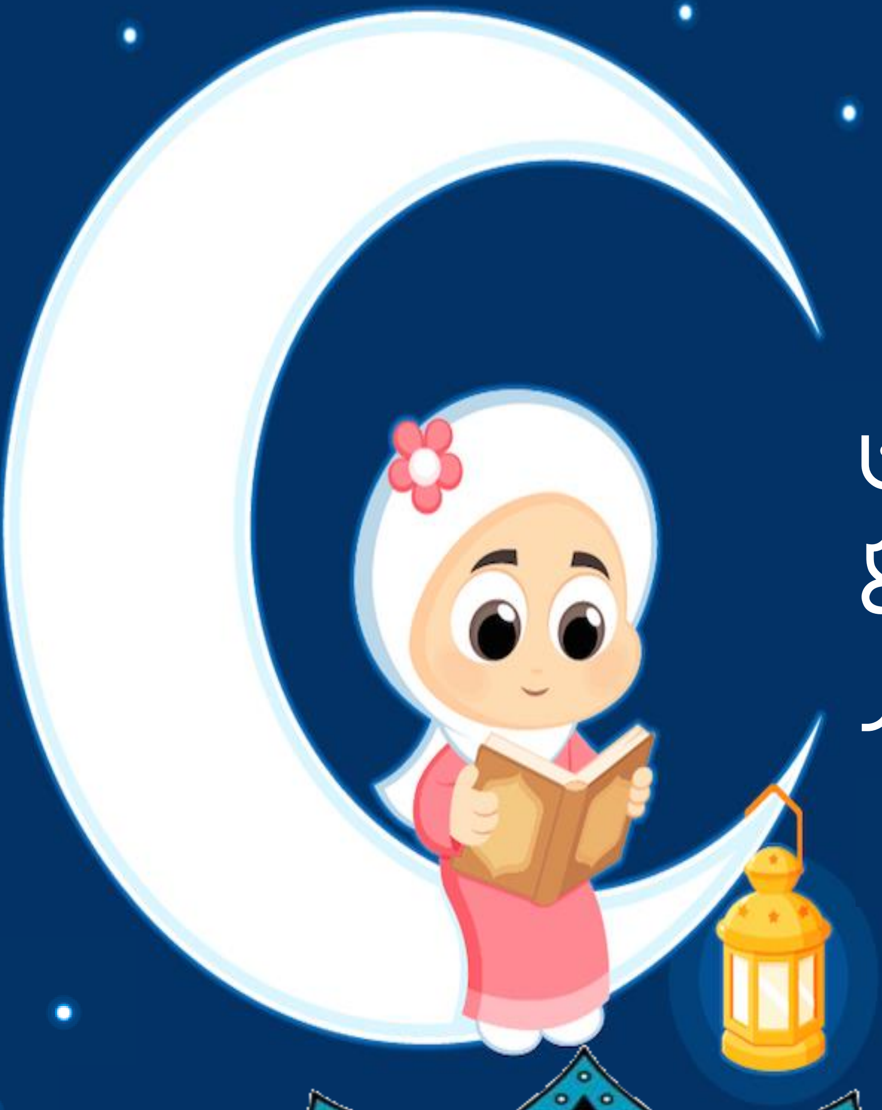
صيام شهر رمضان فرض على كل مسلم مكلف حيث يمتنع الشخص في ساعات الصيام عن تناول الطعام و الشراب من شروق الشمس حتى غروبها هذا الامر يشكل معضلة امام المرضى الذين يتناولون ادويتهم بجرعات متقاربة ويعتمد صيام المرضى على الطبيب المعالج .

وهنا يتفضل الدكتور الصيدلاني / ناصر الحارثي بالتفصيل عن الادوية والعلاجات التي لا تبطل الصيام ومن ضمن الحوار أيضا التحدي الذي واجهنا مع أصحاب الامراض المزمنة (الضغط – السكر)

يمكنكم
مشاهدة اللقاء
عن طريق مسح
الباركود

H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health



رمضان
احلى مع
وجه الخير

وزارة الصحة
Ministry of Health

قصة هدية رمضان



تجمعنا على صوت جدتي وهي تنادي وتقول: يا أحفادي اقتربوا؛ كي احكي لكم قصة قصيرة عن رمضان
فتجمعنا كلنا حولها، وكان أولادها يجلسون بجانبها، ونحن من حولها على الأرض

..بدأت جدتي تتكلم
يا أيها الأولاد، في إحدى السنوات حيث كنتُ صغيرةً في عمر الخامسة عشرة
جلستُ مثل هذه الجلسة، وكانت جدتي تحكي لي حكاية رمضان، وسوف احكيها لكم اليوم
كانت جدتي تقول: مرتْ سنة وعاد رمضان وهو طالب منا هدية، ويجب أن نُهدِيه إياها.
وإلاَّ سوف يذهب وهو غاضب، وسوف يأتي بوقتٍ لا نستطيع أن نهديه هذه الهدية فيه
..فنظرت إلى جدتي وسألتها

وما هي هدية رمضان ؟
أجابت: الصيام
فقالت الصيام هو الهدية التي يجب أن نقدّمها لرمضان.
فيجب علينا أن نصوم كي يذهب وهو فرحان منا. ولا تنسوا أيضًا –يا أولادي– أن زيارة الأرحام والأقارب هو واجب يجب فعله في شهر رمضان.
وذكَّرَتْنا جدتي بحكمة عن شهر رمضان
(أن نتحمل الصيام، وأنَ نُخرِج من الجيوب المملوء للجيوب الفارغة؛ لكي يكونَ ثوابنا عند اللّه كبير)
وطبعًا.. آخر كلمه أقولها لكم يا أحبائي الصغار
كل عام وأنتم بخير وصيام مقبول.. وإفطار شهيّا
وأتمنى أن تبقى بسمتنا على وجوهنا؛ لكي تدوم المحبة والسعادة في كل مكان
ليعود علينا رمضان فرحان بعد أن نصومه بخير شكل وأفضل حال

To hear the story in English copy the barcode



H.F.G
KFMC

وزارة الصحة
Ministry of Health

JANUARY

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

FEBRUARY

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

MARCH

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

APRIL

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MAY

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

JUNE

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

JULY

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

AUGUST

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

SEPTEMBER

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

OCTOBER

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

NOVEMBER

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

DECEMBER

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2019

وزارة الصحة
Ministry of Health



naralharthi@moh.gov.sa
ialqethami@moh.gov.sa

وزارة الصحة
Ministry of Health

KFMC



من الفطور للسحور

King Faisal Medical Complex – Taif

THE FACTORS OF HEALTH (H.F.G)

H.F.G
KFMC